

# Étude de la détresse psychologique de récents diplômés universitaires victimes d'un chômage prolongé

## Study of the psychological distress experienced by recent university graduates who are victims of long-term unemployment

Gérard Ouimet

Volume 20, numéro 1, printemps 1995

Jalons pour une politique en santé mentale

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/032337ar>  
DOI : <https://doi.org/10.7202/032337ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (imprimé)  
1708-3923 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Ouimet, G. (1995). Étude de la détresse psychologique de récents diplômés universitaires victimes d'un chômage prolongé. *Santé mentale au Québec*, 20(1), 139-176. <https://doi.org/10.7202/032337ar>

Résumé de l'article

La présente étude exploratoire réalisée auprès de récents diplômés universitaires en chômage prolongé a permis de déceler chez eux la présence d'une sévère dépression caractérisée par des troubles d'humeur (tristesse, pessimisme et irritabilité), des difficultés physiologiques, une forte anxiété, des troubles cognitifs, des contacts sociaux atrophiés, une très vive agressivité et le maintien d'une image de soi étonnamment positive eu égard aux composantes symptomatiques précédentes. De plus, la teneur de ces composantes s'avère substantiellement projective: leurs origines sont jugées, par les répondants, comme externes à eux. Ceux-ci identifient le marasme économique, l'incurie de l'appareil gouvernemental, l'égoïsme des générations précédentes, la faible conscientisation de la population et l'attitude purement mercantile des entreprises comme principales sources de leurs tristesse, pessimisme, irritabilité, retrait social et agressivité.



## **Étude de la détresse psychologique de récents diplômés universitaires victimes d'un chômage prolongé**

---

Gérard Ouimet\*

La présente étude exploratoire réalisée auprès de récents diplômés universitaires en chômage prolongé a permis de déceler chez eux la présence d'une sévère dépression caractérisée par des troubles d'humeur (tristesse, pessimisme et irritabilité), des difficultés physiologiques, une forte anxiété, des troubles cognitifs, des contacts sociaux atrophies, une très vive agressivité et le maintien d'une image de soi étonnamment positive eu égard aux composantes symptomatiques précédentes. De plus, la teneur de ces composantes s'avère substantiellement projective: leurs origines sont jugées, par les répondants, comme externes à eux. Ceux-ci identifient le marasme économique, l'incurie de l'appareil gouvernemental, l'égoïsme des générations précédentes, la faible conscientisation de la population et l'attitude purement mercantile des entreprises comme principales sources de leurs tristesse, pessimisme, irritabilité, retrait social et agressivité.

**L**es préoccupations des chercheurs concernant l'incidence négative du chômage sur la santé mentale des individus ne sont guère nouvelles. Déjà en 1938, Eisenberg et Lazersfeld avaient recensé plus de cent études traitant de cette problématique. Nonobstant le fait que ces études comportent d'indéniables lacunes en matière de rigueur méthodologique et de traitement statistique des données, leurs conclusions sont, dans une certaine mesure, confirmées par l'actuelle littérature scientifique se rapportant à la psychopathologie du travail. C'est ainsi que Schaufeli et Van Yperen (1992) en viennent à reconnaître l'existence de trois grandes constatations empiriques établies par l'ensemble de la communauté scientifique: (1) le chômage est corrélé avec la manifestation de désordres mentaux (Banks et Jackson, 1982; Bolton et Oatley, 1987; Feather, 1990; Fryer, 1985; Hepworth, 1980; Kessler, House et Turner, 1987; Kirchler, 1985; Lethinen, 1984; Melville et al., 1985; Schwefel, 1986; Warr, 1984; Warr et al., 1988); (2) la santé mentale des

---

\* Psycho-politicologue, l'auteur est professeur (service DGO) à l'École des Hautes Études Commerciales, à Montréal (Canada).

individus s'améliore après leur réinsertion sur le marché du travail (Jackson et al., 1983; Kasl et al., 1975; Lahelma, 1989; Payne et Jones, 1987; Warr et Jackson, 1985); et (3) il n'existe pas de relation linéaire entre la durée de la période de chômage d'un individu et son état de santé mentale (Fröhlich, 1983; Iversen et Sabroe, 1988; Payne, 1987; Rowley et Feather, 1987; Stokes et Cochrane, 1984). Cette dernière constatation est justifiée par l'existence d'un plafonnement dans la courbe de détérioration de la santé mentale des chômeurs (Briar, 1977; Harrison, 1976; Hopson et Adams, 1976; Lahelma, 1989; Payne, 1987; Warr et Jackson, 1985).

Par ailleurs, l'existence d'une incidence négative du chômage sur la santé mentale s'avère beaucoup plus ardue à établir chez les individus possédant un niveau éducationnel élevé. En fait, deux thèses doivent être considérées afin d'expliquer la présence de résultats contradictoires émanant des études portant sur cette population (Feather, 1990).

Tout d'abord la thèse du niveau de préparation permettrait d'expliquer l'incidence négative moindre du chômage sur la santé mentale des individus ayant un niveau éducationnel supérieur (Banks et Jackson, 1982; Jackson et al., 1983; Warr, 1984). En somme, cette thèse stipule que les gens instruits possèdent davantage de ressources que les autres pour affronter avec succès des situations difficiles (Feather et Bond, 1983; Warr, 1984), dont entre autres le chômage (Estes et Wilensky, 1978; Fryer et Payne, 1986; Hartley, 1980; Hepworth, 1980). Aussi ces individus se distinguent-ils des autres par un comportement proactif de recherche d'emploi (Fryer et Payne, 1984), un haut niveau d'estime de soi (Pukey, 1970) et un plus grand accès à des emplois considérés comme des solutions alternatives (Kjos, 1988).

Faisant pièce à la thèse précédente, la thèse de la déception des attentes serait à la base de l'explication de l'effet négatif accru du chômage sur la santé mentale des gens ayant un haut niveau de scolarité (Fineman, 1979, 1983; Goodchilds et Smith, 1963; Kaufman, 1982; Ostel et Divers, 1987; Shamir, 1986). Selon Kaufman (1982), comparativement aux travailleurs non-spécialisés, les professionnels, constituant dans une plus forte mesure leur identité à partir de leur travail, sont davantage vulnérables aux effets psychologiquement délétères d'une perte d'emploi. Qui plus est, parce qu'ils ont investi tout au cours de leur formation énormément d'efforts, de temps et d'argent, les professionnels nourrissent des attentes élevées quant à leur possibilité de dénicher un emploi intellectuellement stimulant et socialement valorisé. Il ne faut pas oublier qu'en Occident, le statut social des individus est largement déterminé par la nature de l'emploi (Ouimet, 1994a).

Quoique ces deux thèses explicatives puissent s'avérer fort judicieuses pour comprendre l'effet probable du chômage auprès d'une population d'individus ayant un haut niveau éducationnel, elles ne peuvent à elles seules rendre compte adéquatement de la situation des jeunes chômeurs instruits. Effectivement, il importe dans leur cas de considérer l'expérience de travail en tant que variable modulant également l'intensité de l'influence du chômage sur leur santé mentale. Il est ainsi possible d'émettre l'hypothèse que les récents diplômés<sup>1</sup>, n'ayant pas encore eu l'occasion de se constituer une identité occupationnelle, non assujettis à de fortes pressions économiques et habitués à de longues périodes d'inactivité, ne peuvent qu'être moins affligés par le chômage que ne le sont ceux qui ont déjà une expérience de travail (Hayes et Nutman, 1981).

Encore que soient reconnues les conséquences négatives du chômage sur la santé mentale des individus – et ce quelle que soit la thèse explicative empruntée –, il reste à préciser la nature de la détérioration de l'équilibre psychologique. Fort peu d'études ont abordé cette problématique eu égard aux récents diplômés universitaires (De Grace et Joshi, 1986; Feather et Bond, 1983; Schaufeli et Van Yperen, 1992). C'est précisément cette carence heuristique qui motive la réalisation de la présente étude.

En fait, le choix de la population étudiée, soit de récents diplômés universitaires en chômage prolongé, est conditionné par la rareté des études qui leur sont consacrées mais, surtout par l'actuelle exacerbation du phénomène. Le nombre de récents diplômés ne parvenant pas à joindre les rangs du marché du travail s'est considérablement accru ces dernières années. Au Canada, le taux de chômage des diplômés universitaires, âgés entre 25 et 44 ans, a presque doublé en moins de six ans, passant de 3,3 % en décembre 1988 à 6,1 % en janvier 1994 (Statistiques Canada, 1988, 1994). Qui plus est, la durée de recherche d'emploi tend à s'allonger de sorte qu'il n'est plus rare maintenant de parler de périodes d'inactivité excédant un an.

Une des rares études traitant expressément de la relation pouvant exister entre le chômage et la santé mentale de récents diplômés post-secondaires fut réalisée par Schaufeli et Van Yperen (1992). Corroborant les données recueillies par d'autres chercheurs auprès de populations différentes (ouvriers non spécialisés, jeunes décrocheurs, jeunes travailleurs, femmes, etc.), ces auteurs ont ainsi établi une relation entre le chômage et une santé mentale amoindrie chez les récents diplômés sans emploi depuis plus de deux ans. La qualité de la santé mentale des individus est la plupart du temps établie grâce à l'emploi de question-

naires standardisés selon une échelle de Likert (par exemple le questionnaire de l'état de santé générale de Goldberg, l'inventaire de l'état dépressif de Beck ou tout autre questionnaire hybride dont le contenu est largement emprunté aux deux questionnaires précédents). Quoique faciles d'utilisation et présentant un coefficient de consistance interne passablement élevé, ces questionnaires, de par la formulation étriquée des questions et leur nombre restreint, n'offrent guère la possibilité aux répondants d'exprimer leur propre réalité existentielle, à savoir ce qu'ils éprouvent psychologiquement suite à leur état de chômeurs. Toutefois certaines études (Burman, 1988; Hill, Harrison et al., 1973; Leana et Feldman, 1992; Loomba, 1987), recourant à l'entrevue non directive et à l'histoire de vie, permettent beaucoup plus que la simple détermination « objective » d'un indice de santé mentale. Effectivement, elles donnent accès au contenu même de l'expérience subjective des répondants aux prises avec l'épreuve du chômage. C'est précisément cette avenue qualitative de recherche que la présente étude se propose d'explorer auprès des récents diplômés universitaires. Avant de procéder à la description des modalités méthodologiques utilisées, il sied d'établir la définition des principaux concepts de l'étude, soit le chômage et la santé mentale.

### **Précisions conceptuelles**

Sont en chômage les individus sans emploi, aptes au travail et désirant travailler (Fryer et Payne, 1986). Le chômeur est donc une personne voulant mais ne pouvant travailler. Que son désir de travailler soit motivé par des impératifs de subsistance biologique (fonction manifeste du travail rémunéré), de reconnaissance sociale ou de croissance personnelle (fonction latente du travail rémunéré), l'individu à la recherche d'un emploi peut être à juste titre considéré en état de privation (Jahoda, 1979, 1981, 1982, 1988). Le chômage est qualifié de prolongé lorsque la période de privation d'emploi excède une année (Bodson et Stafford, 1988).

En ce qui a trait à la santé mentale, celle-ci peut être définie en fonction de la capacité des individus à répondre avec adéquation et originalité tant à leurs propres sollicitations psychiques qu'à celles de leur environnement social. La santé mentale d'un individu consisterait donc à allier l'équilibre psychique à l'adaptabilité sociale (Bergeret, 1985; Ouimet, 1992). À l'évidence, pareille définition s'avère particulièrement englobante et, partant, réfractaire à une tentative d'opérationnalisation. Afin de pallier cette difficulté, seule une dimension de la santé mentale, soit la détresse psychologique, sera considérée. Celle-ci fait

référence à l'appréciation que l'individu fait de sa façon de composer avec les vicissitudes (événements heureux ou malheureux se succédant sur une base quotidienne) de son existence (Beck, 1967; Banks et al., 1980; Goldberg, 1972, 1978).

## **Méthodologie**

### *Répondants*

Les individus participant à cette étude exploratoire sont tous de récents diplômés universitaires de premier cycle en chômage prolongé. Essentiellement, il s'agit d'un échantillon non aléatoire de 26 individus, diplômés depuis moins de deux ans et toujours à la recherche d'un emploi. Ainsi, au moment de l'enquête, aucun des répondants n'avait un travail rémunéré et ce, quelle qu'en soit sa nature. Plus spécifiquement, la période de chômage pour l'ensemble des répondants s'échelonne de 17 à 22 mois. Agés entre 25 et 28 ans, les individus sélectionnés, 15 femmes et 11 hommes, habitent tous la région de Montréal. Dix-sept d'entre eux vivent avec un conjoint et 2 ont un ou des enfants à leur charge.

### *Instruments de mesure*

La cueillette de l'information concernant la détresse psychologique de ces diplômés repose sur l'utilisation de trois instruments de mise en forme des données, soit le questionnaire de dépression de Beck, l'index de symptômes psychiatriques de Tousignant et Kovess et une entrevue semi-dirigée sur le contenu des états dépressifs exprimés par les répondants, à savoir: les troubles d'humeur (tristesse, pessimisme et irritabilité), les difficultés physiologiques (insomnie), l'anxiété, les contacts sociaux (attente de punition et retrait social), l'agressivité (critique d'autrui) et les affects négatifs envers soi (perception globale de soi et pensées suicidaires). Examinons les propriétés psychométriques propres à chacun de ces instruments.

La version française du questionnaire de Beck – éprouvé à maintes reprises et présentant une consistance interne très élevée de l'ordre de 0,85 (Feather et Bond, 1983) – fut rigoureusement testée à deux reprises. Tout d'abord, Bourque et Beaudette ont clairement établi, au moyen de la formule 21 du Kuder Richardson (Stanley et Hopkins, 1972), la présence d'une très forte consistance interne (coefficient de 0,92) entre les 21 énoncés de leur traduction française de l'instrument. Qui plus est, la stabilité temporelle pour un intervalle de 4 mois s'avère bonne ( $r=0.62$ ,  $p < 0,001$ ). Pour leur part, Gauthier et al., (1982) en sont

arrivés à des constatations similaires, soit une consistance interne de 0,82 et une stabilité temporelle pour un intervalle de 3 mois de 0,75 ( $p < 0,001$ ). De plus, l'homogénéité du questionnaire, évaluée à partir de l'analyse de la variance des rangs de Kruskal-Wallis (Siegel, 1956), se révèle très élevée, chacun des énoncés variant parallèlement au score total. Conséquemment, la solidité psychométrique de la traduction de l'instrument apparaît plus que satisfaisante.

En ce qui a trait à l'index de Tousignant et Kovess, il convient de préciser que cet instrument est la traduction française du *Psychiatric Symptom Index* (Ilfeld, 1976), une version abrégée et adaptée du *Hopkins Symptoms Distress Checklist*. La traduction fut établie au moyen de la convergence des choix des énoncés effectués par un francophone et un anglophone. Par ailleurs, la validité interne de l'instrument, c'est-à-dire l'exactitude de ce qu'il est censé mesurer, fut obtenue par la méthode du tiers-parti (Murphy et al., 1979) qui consiste à solliciter l'avis diagnostique de personnes connaissant les individus participant à l'étude. Enfin, Perron et Lecompte (1992) ont trouvé, pour cet instrument, une consistance interne (coefficient alpha de Cronbach) très élevée de l'ordre de 0,94.

Finalement, l'entrevue semi-dirigée, réalisée en face à face, comprend dix questions ouvertes dont la clarté fut assurée par le recours à la technique de l'accord inter-juges, c'est-à-dire leur acceptation par trois chercheurs indépendants (Plutchik, 1974). Puisque l'entrevue semi-dirigée vise ici expressément à saisir la nature de la détresse psychologique éprouvée par les participants, la précision ténue de la mesure (fidélité et validité) est largement compensée par la richesse de l'information qu'elle génère (degré de liberté et niveau de profondeur) (Grawitz, 1990).

### **Type et limites de la méthode sélectionnée**

Il est possible d'identifier en sciences humaines quatre grands types de méthode de recherche : exploratoire, descriptive, explicative et d'intervention (Borg et Gall, 1989; Lamoureux et al., 1992; Sayer, 1984). Essentiellement, ces types de méthode sont reliés entre eux par un lien de complémentarité inclusive : la démarche exploratoire sert les fins de la démarche descriptive ; celle-ci fait de même pour la démarche explicative qui, elle, prépare ultimement le terrain pour l'intervention. Il s'agit d'une logique d'approfondissement des connaissances apparentée à l'imbrication de poupées gigognes : la méthode exploratoire étant la plus petite figurine située au cœur de ce recouvrement structural. La pertinence de l'utilisation de chacune de ces méthodes dépend fon-

cièrement de l'évolution des phases du processus de recherche en cours. Alors que les méthodes exploratoire et descriptive permettent à la phase heuristique de se développer via la formulation et la spécification d'une problématique de recherche, les méthodes explicative et d'intervention contribuent à l'étayement de la phase de confirmation au moyen de la vérification du bien fondé soit d'une problématique de recherche, soit d'un modèle opérationnel (De Ketele et Roegiers, 1991; Gauthier, 1993; Lincoln et Guba, 1985). En somme, le choix d'une méthode de recherche est tributaire de l'état des connaissances accumulées sur un objet d'étude donné. L'ordonnancement des méthodes est parallèle au degré de développement des connaissances d'un objet (Lacasse, 1991). Plus cet objet est nouveau et, partant, peu connu, plus la méthode exploratoire s'impose d'elle-même. C'est précisément le cas pour notre objet d'étude.

La méthode exploratoire vise donc à étudier un phénomène nouveau afin de formuler des hypothèses de recherche sur sa nature ou sur son fonctionnement. Dans la présente étude, nous sommes essentiellement préoccupés par la nature de l'expérience subjective de récents diplômés universitaires aux prises avec l'épreuve du chômage. Devant la rareté des études qui leur sont consacrées, nous devons, à ce stade-ci de l'état d'avancement de la recherche, établir auprès d'une population relativement homogène, c'est-à-dire dont les individus sont comparables entre eux parce que soumis à des conditions existentielles similaires, l'existence ou non d'un syndrome (pattern) attitudinal ou comportemental commun. Par ailleurs, l'existence d'un tel syndrome de détresse psychologique ne signifie pas pour autant que le chômage en soit la seule et unique cause. En effet, ne connaissant aucunement les antécédents des participants à la présente étude (histoire de vie et bilan médical) et n'ayant pas recours à une stratégie de recherche explicative (contrôle de la variable indépendante au moyen d'un devis de recherche expérimental ou quasi-expérimental), nous ne pouvons tout au plus considérer l'état de chômeur que comme un facteur important contribuant, avec d'autres, à l'apparition de la détresse psychologique.

L'établissement par la méthode exploratoire d'une telle caractérisation de l'objet à l'étude nécessite que la validité interne du devis de recherche soit élevée. Dans le cas d'une recherche exploratoire, la validité interne consiste en la fiabilité des résultats obtenus au moyen de l'utilisation standardisée d'instruments de cueillette d'information valides et fidèles auprès d'une population soustraite à l'influence de variables discriminantes (De Bruyne et al., 1974; Grawitz, 1990). Les résultats sont dits valides uniquement pour la population étudiée et sous les conditions



de recherche ayant cours au moment de l'étude. Il s'agit donc d'une mesure de la rigueur du déroulement interne de la recherche. Une étude exploratoire affiche donc une validité interne élevée si tous les participants de l'étude sont soumis aux mêmes variables.

Dans la présente étude, la validité interne élevée est assurée par l'homogénéisation d'une part de la stratégie de recherche (tous les répondants passent les deux questionnaires standardisés et l'entrevue semi-dirigée et, d'autre part, des variables propres aux répondants (les participants affichent entre eux de grandes ressemblances en matière de scolarité, d'expérience de travail, d'âge, de niveau socio-économique et de provenance géographique).

Par contre, la méthode exploratoire, de par ses objectifs mêmes (la mise à jour d'un phénomène nouveau et méconnu), n'est pas en mesure d'afficher une validité externe élevée (De Ketele et Roegiers, 1991). La validité externe d'une étude désigne le degré avec lequel ses résultats peuvent être généralisés à d'autres situations ou populations. Effectivement, la logique inhérente à la méthode exploratoire en est une de découverte. Le chercheur procède essentiellement par raisonnement inductif, c'est-à-dire qu'à partir de l'observation d'un phénomène singulier, il tentera de formuler des hypothèses de recherche qui, ultérieurement, feront l'objet d'une autre étude, déductive cette fois-ci, empruntant la méthode descriptive. La principale limite de la méthode exploratoire réside dans sa très faible capacité d'extrapolation des résultats au-delà de l'échantillon analysé, qui ne respecte pas les règles de la sélection aléatoire. La faible représentativité des participants invite donc le chercheur à user d'une grande prudence lors de l'interprétation des résultats. Il doit se garder des généralisations hâtives. En fait, l'interprétation des résultats et les conclusions d'une étude exploratoire ne se veulent pas l'aboutissement d'une démarche hypothético-déductive s'actualisant par la vérification formelle de données spécifiques à un échantillon et généralisables à l'ensemble de la population mais plutôt le point de départ de la formulation hypothético-inductive de nouvelles avenues de recherche. Aussi, quoique nécessaires à l'avancement des connaissances scientifiques, les conclusions d'une étude exploratoire ne servent qu'à la formulation de problématiques de recherche devant subséquemment être approfondies par les méthodes descriptive et explicative.

## **Résultats**

Le tableau clinique émanant de la compilation des données recueillies au moyen du questionnaire de Beck et de l'index de Tousignant et

Kovess est particulièrement sombre. En effet, l'examen des résultats au questionnaire indique que tous les répondants présentent un indice de dépression supérieure à 24, ce qui traduit chez eux la présence d'une indéniable dépression sévère<sup>2</sup>. L'indice moyen très élevé de l'ensemble de l'échantillon (32.58) au questionnaire de Beck converge parfaitement avec l'indice total également très élevé (66.38) de l'index de symptômes psychiatriques. L'existence d'une telle concordance entre les résultats de deux instruments de création d'information dûment calibrés nous assure une fidélité psychométrique non négligeable. Procédons d'abord à l'analyse des résultats agrégés du questionnaire de Beck.

### **Questionnaire de dépression de Beck**

Le questionnaire de dépression de Beck comporte trois dimensions principales dont les composantes respectives sont établies d'une part par la nosographie psychiatrique et, d'autre part, par une analyse factorielle des énoncés du questionnaire avec rotation Varimax (Bourque et Beaudette, 1982; Gauthier et al., 1982). Ces dimensions sont par ordre d'importance (pourcentage de la variance expliquée): (1) les affects négatifs envers soi, (2) les difficultés d'ordre physiologique ou somatique, et (3) les troubles d'humeur. Le tableau 1 présente les composantes (énoncés du questionnaire) propres à chacune de ces dimensions.

L'établissement de la sévérité des indices de dépression (composantes des trois dimensions) repose sur le pourcentage de répondants se classant parmi les quatre niveaux d'intensité de chacun de ces indices.

La première dimension de la dépression, les affects négatifs envers soi, s'avère étonnamment peu présente auprès de l'ensemble des répondants. En fait, toutes les composantes de cette dimension affichent un niveau d'intensité relativement bas.

Ainsi, 38,46% des répondants (10 des 26 participants) ne se considèrent pas comme des ratés (énoncé n° 3: sentiment d'échec). De plus, à peine 3 répondants ont l'impression d'avoir complètement échoué dans la vie. Globalement, près de 77% des répondants se situent aux deux niveaux d'intensité les plus faibles du sentiment d'échec.

Il en est de même pour le sentiment de culpabilité (énoncé n° 5) pour lequel plus de la moitié des répondants (14 des 26) affirment ne pas se sentir particulièrement coupables. Seulement 6 participants (23%) se sentaient coupables soit la plupart du temps, soit continuellement.

Tableau 1

**Composantes des différentes dimensions de l'état dépressif  
mesuré au moyen du questionnaire de Beck**

<b>Dimensions de la dépression</b>	<b>Composantes (énoncés du questionnaire)</b>
1. Les affects négatifs envers soi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentiment d'échec (énoncé n° 3)</li> <li>• Culpabilité (énoncé n° 5)</li> <li>• Antipathie de soi (énoncé n° 7)</li> <li>• Accusation de soi (énoncé n° 8)</li> <li>• Idées suicidaires (énoncé n° 9)</li> <li>• Image corporelle (énoncé n° 14)</li> </ul>
2. Les difficultés d'ordre physiologique ou somatique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inhibition pour l'action (énoncé n° 15)</li> <li>• Insomnie (énoncé n° 16)</li> <li>• Fatigabilité (énoncé n° 17)</li> <li>• Anorexie (énoncé n° 18)</li> <li>• Perte de poids (énoncé n° 19)</li> <li>• Préoccupations somatiques (énoncé n° 20)</li> </ul>
3. Les troubles d'humeur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tristesse (énoncé n° 1)</li> <li>• Pessimisme (énoncé n° 2)</li> <li>• Mécontentement (énoncé n° 4)</li> <li>• Pleurs (énoncé n° 10)</li> <li>• Irritabilité (énoncé n° 11)</li> </ul>

Au chapitre de l'antipathie de soi (énoncé n° 7), 13 répondants (50%) affirment n'être nullement déçus d'eux; aucun ne se dit dégoûté de soi; et seulement une personne déclare se haïr. C'est ainsi que plus de 96 % des répondants se classent aux deux niveaux d'intensité les plus faibles de cet indice de dépression.

Une tendance analogue est présente chez la composante accusation de soi (énoncé n° 8). Plus de 65 % des répondants (17 des 26) estiment ne pas avoir l'impression d'être pire que quiconque. Seulement trois personnes affichent une inclination à se blâmer constamment pour leurs erreurs ou pour tous les malheurs du monde.

En ce qui a trait aux idées suicidaires (énoncé n° 9), près de 70% des répondants (18 des 26) affirment ne penser nullement au suicide alors que moins de 20 % (5 personnes) disent y penser à l'occasion sans toutefois avoir dessein de passer à l'acte. Enfin, trois affichent de nettes tendances suicidaires.

Finalement, plus de 61 % des répondants (16 sur 26) estiment que leur apparence n'est pas pire qu'auparavant (énoncé n° 14: image corporelle). À peine deux personnes se considèrent laides.

Bref, dans l'ensemble, les répondants ne nourrissent pas une image négative d'eux-mêmes.

En ce qui concerne maintenant les difficultés physiologiques ou somatiques, les données recueillies, comparativement à celles de la dimension précédente, traduisent globalement la présence chez les répondants d'une plus grande perturbation.

Ainsi, près de 40 % des répondants (10 des 26 participants) affirment devoir se secouer très fort pour faire quoi que ce soit (énoncé n° 15 : inhibition pour l'action). En fait, moins de 20 % des répondants (5 des 26) estiment pouvoir travailler aussi bien qu'avant.

Les problèmes d'insomnie (énoncé n° 16) se révèlent fort importants. Plus de 75 % des répondants (20 des 26 participants) se réveillent plusieurs heures plus tôt qu'auparavant et disent ne pouvoir se rendormir.

Il est possible d'observer la même tendance en matière de fatigabilité (énoncé n° 17). Plus de 65 % des répondants (17 des 26 participants) disent se fatiguer plus facilement qu'auparavant et près de 35 % (9 des 26 participants) affirment se fatiguer pour un rien.

Les problèmes de perte d'appétit (énoncé n° 18) sont également très manifestes. Plus de 80 % des répondants (21 des 26 participants) estiment que leur appétit a beaucoup diminué.

Les problèmes de perte de poids (énoncé n° 19) ainsi que les préoccupations pour l'état de santé (énoncé n° 20) apparaissent être fortement corrélés avec les problèmes précédents. Tous les répondants déclarent avoir perdu du poids dernièrement – sans suivre de régime d'amaigrissement – de même qu'être préoccupés par des problèmes de santé.

La dernière dimension de la dépression, les troubles d'humeur, présente le plus fort degré de gravité.

Le sentiment de tristesse (énoncé n° 1) se présente sous une forme sévère chez plus de 96 % des répondants (25 des 26 participants). Plus spécifiquement, 11 des 26 répondants (42,31 %) se sentent à ce point triste qu'ils ne peuvent le supporter.

Le niveau de pessimisme (énoncé n° 2) est également très élevé. Alors que 11 répondants (42,31 %) affirment n'avoir aucune attente dans la vie, 13 autres (50 %) se disent convaincus que l'avenir est sans espoir et que les choses ne peuvent s'améliorer.

Le mécontentement (énoncé n° 4) des répondants est également très fort. Plus de 84 % des répondants (22 des 26 participants) affirment soit ne plus retirer de satisfaction de quoi que ce soit, soit être carrément insatisfaits de tout.

Les pleurs (énoncé n° 10) sont très présents dans la réalité quotidienne des répondants. Ainsi, 9 répondants (34,62%) disent pleurer continuellement maintenant, alors que 8 répondants (30,77%) affirment ne plus être capables de pleurer maintenant.

Enfin près de 60% des répondants (15) affichent un niveau d'irritabilité très élevé (énoncé n° 11).

Par ailleurs, l'examen des 4 énoncés restants (n° 6, 12, 13 et 21), ne constituant pas une composante spécifique à l'une ou à l'autre des trois dimensions de la dépression, permet l'établissement du constat clinique suivant. Puisque la totalité des répondants s'attendent à être punis ou ont l'impression d'être punis (énoncé n° 6: attente de punition) et que plus de 70% d'entre eux (19 des 26 participants) affirment avoir perdu la plupart ou tout leur intérêt pour les gens (énoncé n° 12: retrait social), il est permis d'affirmer que la qualité des relations interpersonnelles des répondants est globalement pauvre. Finalement, alors que 50% des répondants affirment avoir beaucoup plus de difficulté à prendre des décisions qu'auparavant (énoncé 13: troubles cognitifs), tous affichent, à des degrés divers, un fléchissement de leur libido (énoncé n° 21).

Une synthèse des différentes manifestations symptomatiques de l'état dépressif des répondants permet la détermination du syndrome pathologique suivant: sérieux troubles d'humeur, importantes difficultés tant physiologiques que cognitives et chute drastique de l'appétence sexuelle chez des individus qui conservent, en dépit d'une perception fort négative de leur environnement social, une image étonnamment sereine d'eux-mêmes.

L'utilisation de l'index de symptômes psychiatriques de Tousignant et Kovess (1985) permettra d'étoffer davantage notre diagnostic de l'état dépressif des répondants.

### **Index de symptômes psychiatriques de Tousignant et Kovess**

Le questionnaire élaboré par Tousignant et Kovess rend possible l'établissement d'une mesure générale de la santé mentale ainsi que des indices propres à quatre dimensions inhérentes à celle-ci, soit la dépression, l'anxiété, les troubles cognitifs et l'agressivité. Le tableau 2 présente les composantes propres à chacune de ces dimensions.

D'entrée de jeu, il sied de préciser qu'aucun des répondants ne présente un score total à l'index inférieur à 44, ce qui traduit chez eux la présence d'une santé mentale sévèrement amoindrie. À cet effet, le score moyen de 66.38 pour l'ensemble des répondants s'avère fort révélateur de leur état exacerbé de morbidité<sup>3</sup>.

Pour ce qui est des indices respectifs des quatre dimensions de la santé mentale, il convient de mentionner que les scores globaux pour l'agressivité (11.50/12), la dépression (22.88/30) et l'anxiété (23.81/33) s'inscrivent tous à l'échelon le plus élevé de fréquence d'apparition. Seul le score afférent aux troubles cognitifs (6.46/12) appartient au niveau moyennement élevé. Un examen des données recueillies pour chacune des composantes propres à chacune des quatre dimensions nous permet de baliser la tendance lourde de morbidité des répondants.

Tout d'abord en ce qui concerne la dépression, un très fort pourcentage de répondants (de 69 % à 96 %) présente la fréquence de manifestation la plus élevée de signes de morbidité en matière de manque d'énergie (énoncé n° 1), de désespoir envers l'avenir (énoncé n° 5), de solitude (énoncé n° 6), de perte d'intérêt sexuel (énoncé n° 8), de découragement (énoncé n° 10), d'ennui (énoncé n° 14), de pleurs (énoncé n° 19) et de perte d'appétit (énoncé n° 21). Ces résultats s'avèrent pleinement convergents avec ceux obtenus au moyen du questionnaire de Beck.

Puis au chapitre de l'anxiété, 23 des 26 répondants (88,46 %) disent ressentir très souvent des peurs (énoncé n° 16) alors que 24 (plus de 90 %) affirment se sentir très souvent tendus ou sous pression (énoncé n° 11) et nerveux ou agités intérieurement (énoncé n° 23). Finalement, tous disent éprouver très souvent des difficultés à s'endormir ou à rester éveillés (n° 18). Encore une fois, il est possible d'établir un parallèle entre ces résultats et certaines données du questionnaire de Beck.

Quoique moins affligeant que les deux derniers constats, le tableau clinique obtenu en matière de troubles cognitifs – corroborant les tendances observées par le questionnaire de Beck – indique que plus de 95 % des répondants déclarent avoir de la difficulté à se concentrer (énoncé n° 4) et à prendre des décisions (n° 28) sur une base régulière (très souvent et assez souvent).

Enfin, l'agressivité se révèle la dimension symptomatologique ayant la plus forte fréquence d'apparition. Ainsi 23 répondants affirment se mettre très souvent en colère contre quelqu'un ou quelque chose (énoncé n° 12), 24 se sentir très souvent facilement contrariés ou irritables (énoncé n° 26) et 20 se fâcher très souvent pour des choses sans importance (énoncé n° 27). Fait intéressant à constater, tous les répondants avouent avoir eu très souvent envie de critiquer les autres (énoncé n° 25).

Tableau 2

**Composantes des différentes dimensions de la santé mentale  
mesurée au moyen de l'index de Tousignant et Kovess**

<b>Dimensions de la santé mentale</b>	<b>Composantes (énoncés de l'index)</b>
1. La dépression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manque d'énergie (énoncé n° 1)</li> <li>• Désespoir (énoncé n° 5)</li> <li>• Solitude (énoncé n° 6)</li> <li>• Perte d'intérêt pour le sexe (énoncé n° 8)</li> <li>• Découragement (énoncé n° 10)</li> <li>• Ennui (énoncé n° 14)</li> <li>• Pleurs (énoncé n° 19)</li> <li>• Abattement (énoncé n° 20)</li> <li>• Perte d'appétit (énoncé n° 21)</li> <li>• Idées suicidaires (énoncé n° 24)</li> </ul>
2. L'anxiété	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etourdissements (énoncé n° 2)</li> <li>• Arythmie (énoncé n° 3)</li> <li>• Sudation au repos (énoncé n° 9)</li> <li>• Sentiment de tension (énoncé n° 11)</li> <li>• Maux d'estomac (énoncé n° 13)</li> <li>• Tremblement des mains (énoncé n° 15)</li> <li>• Peurs (énoncé n° 16)</li> <li>• Insomnie (énoncé n° 18)</li> <li>• Phobies (énoncé n° 22)</li> <li>• Nervosité (énoncé n° 23)</li> <li>• Tensions musculaires (énoncé n° 29)</li> </ul>
3. Les troubles cognitifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficulté de concentration (énoncé n° 4)</li> <li>• Blancs de mémoire (énoncé n° 7)</li> <li>• Mémoire évanescence (énoncé n° 17)</li> <li>• Indécisions (énoncé n° 28)</li> </ul>
4. L'agressivité	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colère (énoncé n° 12)</li> <li>• Critique d'autrui (énoncé n° 25)</li> <li>• Irritabilité (énoncé n° 26)</li> <li>• Irascibilité (énoncé n° 27)</li> </ul>

À la lumière de la lecture des données des deux derniers instruments psychométriques, il est possible de reconnaître la présence chez nos répondants d'une sévère dépression (indice de dépression à l'index de symptômes psychiatriques très élevé couplé à d'importants troubles d'humeur et de graves difficultés physiologiques et somatiques), d'une forte anxiété, d'appréciables troubles cognitifs, de contacts sociaux de piètre qualité et d'une très vive agressivité. Toutefois, comparativement au niveau élevé de morbidité des dimensions précédentes, la mesure des affects négatifs que nourrissent envers eux-mêmes les répondants s'avère singulièrement positive.

La compréhension à la fois de la nature et de la dynamique de ces manifestations symptomatologiques nécessite le recours à une entrevue semi-dirigée.

### Entrevue semi-dirigée

Alors que l'utilisation des deux questionnaires calibrés permettait de saisir l'intensité de la détresse psychologique des répondants (connaissance quantitative du phénomène), l'emploi de l'entrevue semi-dirigée donne accès au contenu même des états dépressifs exprimés (connaissance qualitative du phénomène). Aussi la formulation des questions de cette entrevue vise à approfondir qualitativement les faits saillants du tableau clinique émergeant des deux questionnaires. Les questions de l'entrevue semi-dirigée, eu égard aux dimensions de la dépression qu'elles explicitent qualitativement, sont présentées au tableau 3.

Tableau 3

#### Questions de l'entrevue semi-dirigée sur les éléments de contenu de la dépression des répondants

Composantes de la dépression	Questions
Troubles d'humeur	
• Tristesse	Qu'est-ce qui vous rend triste?
• Pessimisme	D'où provient votre découragement à l'endroit de l'avenir?
• Irritabilité	Qu'est-ce qui vous irrite le plus?
Difficultés physiologiques	
• Insomnie	Qu'est-ce qui serait à la base de vos problèmes de sommeil?
Anxiété	
• Peurs ou craintes	De quoi avez-vous peur au juste?
Contacts sociaux	
• Attente de punition	Comment expliquez-vous votre impression d'être prochainement ou déjà puni?
• Retrait social	Comment expliquez-vous la chute de votre intérêt pour les gens?
Agressivité	
• Critique d'autrui	Comment expliquez-vous votre envie de critiquer les autres?
Affects négatifs envers soi	
• Perception globale de soi	Que pensez-vous de vous?
• Pensées suicidaires	Qu'est-ce qui est à la base de vos pensées suicidaires?



Procédons maintenant à l'analyse qualitative du contenu des six composantes de la dépression présentes dans le discours des répondants.

## 1. Troubles d'humeur

### 1.1 Tristesse

Trois grandes sources de tristesse semblent émaner du discours des répondants. Ce sont par ordre d'importance<sup>4</sup>: (1) la très grande difficulté de subvenir adéquatement à leurs besoins, (2) l'impossibilité de réaliser leurs projets et (3) l'exclusion sociale qui leur est réservée.

Tous les répondants estiment que leur tristesse n'est nullement étrangère à la grande difficulté qu'ils éprouvent à satisfaire leurs besoins les plus élémentaires. Les commentaires de Nathalie A., une jeune avocate de 25 ans, à la recherche d'emploi depuis 18 mois, et de Mathieu, un ingénieur également âgé de 25 ans et en chômage depuis 17 mois, traduisent bien les états d'âme de leurs congénères.

Nathalie A. : Ce qui m'attriste le plus, c'est de n'être même pas capable d'assumer économiquement mes besoins de subsistance. C'est dégradant et humiliant de devoir dépendre constamment des autres pour manger. [...] C'est humiliant de demander à ses parents de l'argent pour acheter du pain. C'est réellement désolant de voir mon niveau de vie. J'en ai honte. Je vis avec le strict minimum. Je vis en deça du seuil de pauvreté. C'est humiliant d'être pauvre. [...] Mon logement est presque vide. J'ai l'essentiel. Pas de laveuse, ni sècheuse, ni télévision et encore moins un système de son. Tout mon argent, en fait celui de mes parents, va pour le loyer, l'épicerie, le téléphone et les billets de métro. Ah oui ! J'ai oublié les timbres-poste, le papier et les enveloppes. C'est que j'écris beaucoup. J'envoie en moyenne une vingtaine de c.v. par semaine. J'ai calculé que ça me prenait environ 80 envois pour décrocher une entrevue. Il y a tellement aujourd'hui de candidats pour un poste que le marché du travail est devenu une grosse loterie. [...] C'est tout une réussite : faire son droit pour aboutir au B.S. !

Mathieu : Ça me tue d'être dépendant comme ça. Je ne peux strictement rien me permettre. Ce qui me fait le plus mal, c'est de faire l'épicerie. J'achète seulement l'essentiel. Si je peux trouver de la nourriture soldée à cause de son état avancé, c'est encore mieux. Mon carrosse est plus plein. Lorsque je passe à la caisse, j'ai honte. Je n'ai pas grand chose et c'est tout du vieux. [...] Je ne peux même pas m'acheter une nouvelle paire de pantalon. L'autre jour, j'ai réparé mes souliers avec de la « crazy glue ». Faut bien qu'ils durent ! Je n'en ai pas d'autres. Je vis comme un homme des cavernes.

Près de 85% des répondants (22 des 26 participants) ont mentionné qu'ils étaient tristes de voir leurs projets sérieusement compromis par leur situation économique actuelle. L'affliction provoquée par l'obligation de surseoir constamment à la réalisation de projets est fort bien exemplifiée par les propos de Gilbert, un jeune ingénieur de 26 ans, à la recherche d'emploi depuis 20 mois, et de Caroline, une diplômée en relations industrielles âgée de 25 ans et sans emploi depuis 20 mois.

Gilbert: Ce qui me rend triste, c'est de ne pouvoir rien faire. Qu'est-ce que vous voulez que je fasse sans travail? Rien! Strictement rien! [...] Tous mes projets sont tombés à l'eau. Je pensais prendre de l'expérience pour fonder plus tard mon propre bureau d'ingénieur conseil. Mais ça se présente plutôt mal. Je suis ingénieur en électricité et, présentement, il n'y a pas beaucoup de demandes pour ce type de génie. Même les postes de techniciens sont devenus excessivement rares à trouver. Regardez La Presse du samedi, il n'y a presque rien! En plus, je n'ai pas de contacts. Il faudrait peut-être que je me spécialise dans d'autre chose. Mais quoi?

Caroline: Je dirais que ma tristesse provient de mon absence de rêves. Je ne suis plus capable de rêver. Avant j'avais des projets. Je voulais travailler et devenir quelqu'un. Réussir dans ma carrière et dans ma vie privée était une grande motivation pour moi. [...] Je pensais sincèrement qu'avant l'âge de 30 ans, j'aurais remboursé mes emprunts et suffisamment gagné d'argent pour m'acheter une maison et une auto. Si ça continue comme cela, je serai devenue clocharde avant l'âge de 30 ans. [...] Je ne demande pas un travail fantastique, la grosse job avec le gros salaire et un gros compte de dépense. Tout ce que je veux, c'est un travail qui me permette de vivre et de recommencer à rêver. Ça va faire deux ans que je n'ai pas fait de ski. La seule activité que je me permets encore c'est le jogging! Disons que ma vie sociale est un peu mince. L'autre soir ma sœur m'a sortie. Elle m'a emmenée au cinéma. Ça été ma grande sortie de l'année. J'ai regardé le film mais je ne l'ai pas vu. C'est comme si j'étais éteinte.

Enfin, à peu près la même proportion de répondants (21 des 26 participants: 80,77%) ont précisé que leur tristesse était également engendrée par l'exclusion sociale qui accompagnait leur statut de chômeur. Martine, une diplômée en démographie de 28 ans et à la recherche d'emploi depuis 21 mois ainsi que Brian, un diplômé en science politique de 26 ans, chômeur depuis 22 mois, explicitent fort bien ce genre de justification.

Martine: [...] C'est le travail qui, aux yeux de la société, détermine essentiellement ce que tu es. Sans travail, tu n'es rien. Ton travail te donne ton statut social. Peu importe ce que tu fasses, pourvu que tu travailles. Ce n'est pas une question de salaire ici mais de légitimité sociale. [...] Comment veux-tu te définir socialement, si tu ne fais rien?

Brian: [...] C'est très blessant de se sentir rejeté par les autres. Le rejet social est souvent très subtil. Vous êtes avec des amis qui, eux, ont un emploi. Tout le monde se parle de leur expérience professionnelle et vous, vous n'avez rien à dire. Vous êtes différent et vous le savez. Personne n'a besoin de vous le dire. [...] C'est un peu comme un jeu où le travail serait des jetons vous permettant de jouer. Ceux qui n'en ont pas sont condamnés à n'être que des spectateurs. On regarde jouer les autres et on se tait.

## 1.2 Pessimisme

Le fort pessimisme des répondants semble être alimenté par trois facteurs principaux, soit: (1) la situation économique lamentable du Québec, (2) la faible conscience sociale de la situation des jeunes et (3) le manque de volonté politique de l'État à intervenir.

Tous sont d'avis que le Québec traverse présentement sa pire crise économique et que la situation n'est pas du tout sur le point de s'améliorer. Au contraire, selon eux, le marasme économique va en s'accroissant. Les commentaires de Norma, bachelière en histoire âgée de 27 ans et à la recherche d'un emploi depuis 22 mois, et de Hélène, diplômée en psychologie, âgée de 25 ans et sans emploi depuis 20 mois, sont à ce sujet très éclairants.

Norma: [...] Ça craque de partout. Je lis les journaux à chaque jour et les nouvelles sont carrément alarmantes. Fermetures d'usines, mises à pied massives de personnel, taux de chômage astronomique, multiplication des sans-abris, endettement national, budgets déficitaires, décrochage scolaire! Tout va mal! Il n'y a jamais eu de reprise économique. Ça fait au moins huit ans que l'économie est en chute libre. Et le pire dans tout ça, c'est que ce n'est pas encore fini! Il ne faut pas se leurrer, la technologisation des moyens de production a éliminé plus d'emplois qu'elle en a créés. Aujourd'hui, on produit plus avec moins. Rajoutez à tout cela la nouvelle vague de libre-échange qui va permettre aux Mexicains d'inonder le Canada avec des produits fabriqués avec du «cheap labor» et le tableau devient complètement noir. Comment voulez-vous être compétitif avec des travailleurs recevant un salaire dix fois moins élevé que le vôtre? La seule façon d'y arriver c'est soit de travailler dix fois plus qu'eux, soit d'accepter de diminuer de dix fois votre salaire. C'est tout un avenir qui nous attend!

Hélène: [...] Je pense qu'on a atteint un niveau de saturation. C'est comme si l'économie n'est plus capable de se régénérer. Prenez par exemple mon père. Il est dans l'immobilier. Au cours des deux dernières années, il n'a vendu seulement que six maisons! [...] J'ai un oncle qui est ingénieur. Il a perdu son travail la semaine dernière. Après 17 ans de bons et loyaux services, on lui a montré la porte. Ce n'est pas du tout évident aujourd'hui de se trouver un nouvel emploi à 53 ans. [...] J'ai un frère qui

a une maîtrise en biochimie. Il n'est pas plus avancé que moi. Ça va faire un an qu'il se cherche du travail dans son domaine. Il travaille présentement dans une station service comme pompiste!

Par ailleurs huit répondants ont ajouté que leur pessimisme provenait également de la faible conscience sociale de la situation des jeunes. Ces individus estiment que, règle générale, la population méconnaît grandement les pénibles épreuves qu'ils doivent affronter une fois leurs études terminées. Sophie, diplômée en administration âgée de 26 ans et sans emploi depuis 20 mois, émet à ce sujet d'intéressants commentaires.

Sophie: [...] Il y a encore beaucoup de gens qui n'ont aucune idée de ce que nous vivons présentement. Il y en a encore beaucoup, surtout chez les plus âgés, qui pensent, qu'avec un diplôme universitaire, tu es assuré de te trouver une «job». [...] Ça devient frustrant à la longue de parler avec ces gens-là. Ils ne comprennent rien. [...] Il y a tout un travail de conscientisation qui reste à faire. Ça va prendre du temps.

Enfin, sept répondants justifient leur découragement à l'endroit de l'avenir par le manque de volonté politique de l'Etat à intervenir. Pour ces individus, l'Etat, peu importe le palier gouvernemental, est devenu un acteur marginal de développement social du fait de sa seule et unique préoccupation: être reporté au pouvoir. Nathalie B., diplômée en génie de 27 ans et à la recherche d'emploi depuis 21 mois, résume bien la pensée de ces pairs.

Nathalie B.: [...] Que ce soit le P.Q. ou le Parti libéral, c'est toute la même chose. Il n'y en a aucun qui ait une véritable politique d'intégration des jeunes au marché du travail. C'est sûr qu'il y a toujours les beaux discours mais lorsque vient le temps de faire concrètement des choses, plus rien! Ils se sont tous écrasés. Faut pas déplaire à l'opinion publique. Faut penser aux prochaines élections. [...] Non! Je vous le dis! Vaut mieux ne pas compter sur le gouvernement pour que ça change.

### 1.3 Irritabilité

Six grands facteurs semblent être à la base de l'irritabilité des répondants. Il s'agit (1) des réponses ou plutôt des non-réponses des employeurs, (2) des privilèges que se sont octroyés les générations précédentes, (3) de l'obligation de flagorner les interviewers lors des entrevues de sélection, (4) du discours des gens qui ont réussi, (5) de la nécessité de faire des stages non rémunérés, et (6) de l'idée de retourner aux études.

Plus de 90% des répondants ont mentionné que leur irritabilité provenait des réponses des employeurs à leur demande d'emploi. En fait, c'est davantage l'absence de réponse qui les exaspère. Gilles, âgé

de 27 ans, gradué en linguistique et à la recherche active d'emploi depuis 17 mois, tient des propos qui traduisent bien ce que ressentent la très grande majorité de ses pairs.

Gilles: Il n'y a rien qui m'insulte autant qu'une entreprise qui ne prend même pas la peine de répondre à tes lettres ou de retourner tes appels. Ça me met littéralement hors de moi. C'est un manque flagrant de savoir-vivre. [...] Mais les entreprises ont les moyens aujourd'hui de se montrer difficiles et indépendantes. Ce n'est pas la main-d'œuvre qui manque.

Par ailleurs près de 85 % des répondants (22 individus) ne prennent guère les avantages socio-économiques dont bénéficient les gens plus âgés. De plus, l'accès au marché du travail via le critère de l'ancienneté ou de l'expérience de travail est vertement critiqué. Les remarques de Paul, bachelier en sociologie de 25 ans et à la recherche d'emploi depuis 18 mois, illustrent bien l'aigreur, voire l'acrimonie, que nourrissent les répondants à l'endroit du droit d'ânesse.

Paul: Ce qui m'irrite le plus, c'est de voir à quel point les entreprises, et la société en général, valorisent l'expérience ou, plus exactement, l'ancienneté. La très grande majorité des postes disponibles sur le marché du travail nécessite plusieurs années d'expérience. Il n'y a rien pour nous, les jeunes. C'est carrément de la discrimination en fonction de l'âge. C'est inadmissible. Il faut bien qu'on prenne notre expérience quelque part. Il va bien falloir que quelqu'un nous donne un jour notre chance! [...] Et puis, il y a les maudits syndicats qui défendent leurs membres qui, eux, sont des farouches défenseurs de la règle de l'ancienneté. Les cheveux gris au pouvoir! Toi, pendant ce temps-là, tu sèches. Comme si le passage du temps te rendait plus intelligent ou plus méritant! C'est complètement débile!

Faire le complaisant lors des entrevues de sélection est un facteur d'irritabilité mentionné par près de 70 % des répondants (18 personnes). Cet agacement semble de plus s'exacerber dans le cas d'entrevue pour un poste sans trop grande importance. Marie, âgée de 26 ans, diplômée en lettres (littérature française) et sans emploi depuis 21 mois, nous exprime très bien ce genre d'irritation.

Marie: Je suis pour ainsi dire «écœurée» de faire le chien savant; de répondre docilement et avec enthousiasme à leurs sempiternelles questions stupides, du genre: «Quels sont vos plus grands défauts?», «Quelle est votre plus grande qualité?», «Pourquoi voulez-vous travailler chez nous?», «Que connaissez-vous de notre mission?», etc. [...] Vous voyez le genre! En plus de ça, il faut faire l'intéressé et, à son tour, poser des questions. [...] L'autre jour, j'ai passé une entrevue pour un emploi dans une maison de la culture de Montréal. Un petit job de rien du tout: placer des livres et des cassettes sur des rayons. Eh bien, tenez-vous bien! J'ai

eu droit à une entrevue d'une heure. Pendant ce temps-là, il y avait huit autres clowns qui attendaient leur tour de piste dans le couloir.

Environ la même proportion de répondants (17 sur 26, soit 65 %) a identifié comme source d'irritabilité le discours des gens qui ont réussi. Les conseils des spécialistes du monde des affaires apparaissent tout particulièrement agaçants. Jean-Charles, un diplômé en relations industrielles, âgé de 25 ans et sans emploi depuis 19 mois, tient à ce sujet des propos très significatifs.

Jean-Charles: Ça me met le feu d'attendre un «smart» qui vient te dire comment fonctionne l'économie et ce que tu dois faire pour réussir. [...] Il y a à la radio des petites capsules-conseils, genre «Questions d'affaires, réponses d'affaires» ou «Les Affaires et la vie», où, la plupart du temps, des «tâtons» des HEC viennent raconter des petites histoires bien pathétiques où les héros sont toujours des petits culs qui, après avoir eu une vision, ont tellement travaillé fort qu'ils ont fini par réussir. Aujourd'hui, on sert aux gens «Le petit poucet» ou «Hänsel et Gretel» avec une sauce managériale, et tout le monde avale ça. C'est notre nouvelle mythologie. Ça endort les gens et ainsi, le système est sauvé.

Dix répondants (38,46 %) ont par ailleurs mentionné que leur irritabilité pouvait également provenir de l'obligation de faire en entreprise des stages non rémunérés. Cette tendance, de plus en plus répandue sur le marché du travail, aigrit les répondants en ce sens qu'ils se sentent exploités par des employeurs conscients de leur position de force. Guy, diplômé en administration, âgé de 26 ans et à la recherche d'emploi depuis 22 mois, nous éclaire considérablement sur ce sujet.

Guy: [...] Je connais une amie qui s'est trouvé un emploi en offrant gratuitement ses services à un bureau de comptables. Ça lui a pris à peu près deux ans pour rentrer. Moi, j'ai décidé d'essayer ça. Je n'ai rien à perdre. Même si je ne suis pas payé, au moins ça me donne de l'expérience. [...] Ça prend quelqu'un qui a une grande force de caractère et qui est capable de marcher sur son orgueil pour faire cela. [...] En fait, faire ce genre de stage, ça signifie qu'au bout de la ligne tu paies pour travailler. Lorsque je calcule mes déplacements et mes repas, je me rend bien compte que ça serait plus rentable pour moi de rester chez moi. [...] Il n'y a pas grand chose que je ne sois pas capable de faire dans un bureau de comptables. Je fais même plus de travail dans une journée que plusieurs vieux croûtons qui prennent deux heures pour dîner. Mais eux sont payés, pas moi! [...] Il faut juste que je tienne le coup. Ça va sûrement déboucher sur quelque chose. Je me donne encore trois mois. Après, on verra. [...] Les gens du bureau pourraient quand même me donner un petit quelque chose. Ils le savent que je travaille bien et que je n'ai rien. [...] Les patrons profitent aujourd'hui beaucoup de la situation. Ils le savent qu'il y a beaucoup de jeunes comme moi sans emploi. Alors, ils ont le beau jeu.

Finalement, 8 répondants (30,77%) se disent grandement agacés par l'idée de devoir retourner aux études. Qui plus est, ces individus remettent considérablement en question la pertinence de l'enseignement universitaire. À cet effet, les remarques de Mohamed, détenteur d'un baccalauréat en génie, âgé de 28 ans et à la recherche d'un emploi depuis 21 mois, s'avèrent des plus congrues.

Mohamed: Je ne veux pas retourner à l'école. Je ne crois pas qu'une spécialisation puisse m'aider. À moins de faire sa médecine, c'est bloqué partout. Et puis, il y a un temps pour étudier et un temps pour travailler. Moi, je veux travailler. J'ai besoin de toucher à du concret; d'être branché à la vraie vie. L'université, ce n'est pas la vraie vie. [...] On nous enseigne seulement des abstractions mathématiques. C'est tellement vrai que lorsqu'on en ressort, on est nullement préparé à affronter le marché du travail, la vraie vie. [...] Je pense qu'à la limite, toutes les études supérieures et la formation des adultes constituent en fait une façon subtile de trafiquer le taux de chômage. C'est du chômage déguisé. Pensez-vous sincèrement vous trouver plus facilement un emploi avec un doctorat en anthropologie ou un certificat en récréologie? Non! Ce n'est pas sérieux.

## 2. Difficultés physiologiques (insomnie)

Tous les répondants souffrent de sérieux problèmes de sommeil. Les causes qu'ils attribuent à leur insomnie sont par ordre d'importance: (1) l'endettement (23 personnes); (2) les moyens de subsistance (loyer, nourriture et électricité) (22 personnes); (3) l'avenir professionnel immédiat (22 personnes); (4) les problèmes de santé (13 personnes); (5) les problèmes conjugaux (avec conjoint(e)) (9 personnes); (6) les problèmes familiaux (avec la famille immédiate) (9 personnes); (7) la présence d'un questionnement existentiel (5 personnes); (8) l'inquiétude à l'endroit des enfants à charge (2 personnes); (9) les cauchemars répétitifs (1 personne); et (10) les démangeaisons cutanées (1 personne).

## 3. Anxiété (peurs)

En ce qui concerne la nature de l'anxiété des répondants, leur discours nous permet d'identifier sept sources qui sont, par ordre d'importance: (1) devenir un chômeur chronique (26 personnes); (2) devenir un clochard, un raté (17 personnes); (3) être abandonné(e) ou méprisé(e) (9 personnes); (4) perdre le contrôle de soi (6 personnes); (5) devenir dépassé(e) par rapport aux exigences du marché du travail (3 personnes); (6) voir ses enfants souffrir (2 personnes); et (7) être jugé négativement par son père (1 personne).

## 4. Contacts sociaux

### 4.1 Attente de punition

Alors que 27% des répondants s'attendent à être punis, 73% estiment l'être déjà. Dans le cas des 7 individus en attente de punition, ils expliquent leur impression d'être prochainement punis en recourant essentiellement à deux appréhensions : les mesures prochaines de recouvrement financier de leurs créanciers et l'arrivée constante et inaltérable des nouveaux diplômés sur le marché du travail. Quant aux 19 personnes se croyant déjà punies, elles justifient leur perception au moyen de comparaisons sociales. C'est en comparant leur situation à celle de certains autres citoyens du Québec que naît en elles la conviction profonde d'être traitées de façon inéquitable. Liliane, diplômée en droit, âgée de 28 ans et à la recherche d'un emploi depuis 22 mois, exprime fort bien ce que ressentent ses compagnons d'infortune à ce sujet.

Liliane : [...] Même si je m'y attendais, je ne peux pas ne pas me sentir flouée par le système. Ce n'est pas normal que des milliers de jeunes comme moi, instruits et désireux de travailler, ne puissent se trouver du travail. Il y a quelque chose qui ne tourne pas rond. Il y a sûrement un rat dans le fromage ! [...] L'Etat y est certainement pour quelque chose dans tout cela. Il n'y a aucune politique véritable de création d'emplois pour les jeunes. Au contraire, on favorise toujours les gens en place. [...] Ce qu'il faut au Québec, c'est ni plus ni moins qu'au nouveau contrat social. Le travail doit devenir un droit pour tous. Le travail à temps partagé obligatoire est la seule solution, et son implantation ne peut provenir du secteur privé. C'est à l'Etat à veiller à ce que les richesses de l'ensemble de la collectivité soient équitablement réparties.

### 4.2 Retrait social

La chute de l'intérêt des répondants pour les gens s'avère conditionnée par quatre grands facteurs : (1) la futilité des rapports interpersonnels, (2) la déception de la réalité environnante, (3) l'équilibration de l'investissement dans les rapports et (4) la présence d'une humeur massacrante.

Dix-sept répondants ont mentionné que leur désinvestissement dans leurs relations avec autrui émanait de leur conviction que de tels rapports ne leur étaient en définitive que de bien peu d'utilité. Les répondants déploraient surtout le fait que les gens ayant un statut différent du leur ne pouvait comprendre au juste leur réalité de chômeurs instruits. De plus, ils avaient l'impression d'entendre toujours le même discours de la part de leurs interlocuteurs. Les commentaires de Claudia, diplômée en géographie âgée de 25 ans et sans emploi depuis 18 mois, s'avèrent, à cet égard, fort révélateurs.



Claudia: [...] Les gens ne savent pas au juste ce que tu es en train de vivre. Surtout les gens d'un certain âge et les «baby-boomers». Pour eux, tout était automatique: les études, le travail, le mariage, la famille et la retraite bien méritée à 65 ans. On avait qu'à tendre les bras et à prendre. [...] Les années d'or de l'économie, de la sécurité d'emploi et du monde prévisible sont bien finies. Aujourd'hui la seule chose dont on soit sûr, c'est qu'on est sûr de rien. Alors je ne suis plus capable de rencontrer des gens bon chic, bon genre me débiter leur prêchi-prêcha: «Lâche pas! Il faut que tu restes positif!»; «Si tu veux, tu peux»; «Pense en winner! Tu vas voir, ça marche»; «Ce n'est pas de mes affaires, mais si j'étais à ta place...». [...] Beaucoup de paroles, mais il n'y a pas personne qui soit prêt à t'aider concrètement sur le champ. C'est toujours le fameux «Je vais voir ce que je peux faire». Puis après, plus rien.

La déception de la réalité environnante comme cause de retrait social s'est retrouvée dans le discours de 12 personnes. Essentiellement, ces personnes se sont dites déçues de la logique et des aspirations de la société. Le matérialisme, la compétitivité et l'hypocrisie qui habitent les rapports humains sont à la base d'un pareil repli sur soi. Les remarques de Martial, 28 ans, diplômé en mathématiques et sans emploi depuis 20 mois, traduisent bien les désillusions qu'engendre un monde perçu comme petit et minable.

Martial: [...] Les gens sont tellement artificiels. Toute notre société repose presque exclusivement sur l'acquisition de biens. C'est ta capacité de consommer qui ultimement détermine ta valeur en tant qu'individu. Cesser d'être un consommateur signifie que tu cesses pratiquement d'être quelqu'un. Tout aujourd'hui gravite autour du matérialisme. Hors de la consommation, point de salut! [...] De toute façon, dès que les gens s'aperçoivent que tu n'as pas d'argent, tu deviens rapidement sans intérêt. On te consomme au même titre qu'un rasoir jetable. Il faut que tu serves à quelque chose, sinon on te «scrape». Il n'y a rien de vrai. Rien que de la merde partout!

L'équilibration des rapports interpersonnels comme cause de retrait social fut mentionnée par huit répondants. Il s'agit essentiellement d'une pondération de l'investissement de soi selon un raisonnement purement mathématique, régi par la logique du donnant-donnant. Alexis, bachelier en philosophie, âgé de 25 ans et à la recherche d'un emploi depuis 20 mois, s'exprime, à ce sujet, en ces termes:

Alexis: [...] Pourquoi devrais-je investir dans des relations où mes interlocuteurs ont complètement désinvesti en moi? Que m'apporte la société actuellement? Quelles sont les obligations morales des entreprises à l'endroit de la population? [...] Si les entreprises peuvent faire la fine gueule au moment de l'embauche de personnel, eh bien moi aussi j'ai mon mot à dire dans la nature de ma participation aux activités de la com-

munauté. [...] Je ne vois pas pourquoi je continuerais d'être inconditionnellement ouvert aux autres alors que tout m'est fermé. L'ouverture au monde, ça se mérite!

Alors que trois répondants ont expliqué la chute de leur intérêt pour les gens en prétextant que leur humeur massacrant les invitait à fuir les contacts interpersonnels, une seule personne a justifié son retrait social par la nécessité de se retrouver avec elle-même afin de mieux faire le point.

## 5. Agressivité (critique d'autrui)

Tous les répondants, sans exception, ont affirmé avoir eu très souvent envie de critiquer les autres. Trois raisons sont à la base d'une telle envie: (1) l'obligation de dénoncer une grande injustice sociale, (2) l'expression d'une souffrance psychique et (3) la jouissance de temps pour penser.

Presque tous les répondants, soit 25, estiment que leurs critiques des autres constituent pour l'essentiel un réquisitoire lucide contre l'exploitation des gens de leur génération. Les principaux accusés sont les gens plus âgés (déjà inscrits sur le marché du travail), l'Etat et les entreprises. Les propos de Kevin, ingénieur âgé de 27 ans, sans emploi depuis 22 mois, exemplifient bien le besoin qu'éprouvent les répondants de décrier une inéquité sociale leur apparaissant criante.

Kevin: [...] Je ne critique pas uniquement pour le plaisir de critiquer. Je pense que j'ai raison de le faire. Il y a des faits qui crèvent les yeux. Nous sommes une génération sacrifiée. Il n'y a personne qui prend notre défense. Même entre nous, il n'y a pas de solidarité. [...] Il y a d'un côté les gens qui jouissent des avantages du système à cause qu'ils sont nés avant nous et qui ne veulent rien savoir d'un plus juste partage des richesses. Il y a d'un autre côté l'Etat, du moins ce qu'il en reste, qui ne pense qu'en termes de popularité électorale. Et au cœur de tout ça, il y a les entreprises qui profitent de la situation en imposant aux gens leurs règles de capitalisme sauvage. Toi, tu fais quoi à 27 ans avec un bac et pas d'expérience?

Six répondants ont indiqué que leur envie de critiquer les autres provient d'un trop-plein de frustrations. Selon eux, l'expression de leurs doléances sert d'exutoire à leur souffrance intérieure. Qui plus est, ils estiment que la critique les empêche de se sentir vaincus. Nathalie B (déjà présentée) s'exprime à ce sujet en ces termes:

Nathalie B: [...] Dans les gros moments de désespoir, lorsque ça fait mal, je me suis aperçue que la parole me faisait du bien. Je me suis aperçue que de leur tenir tête, que de défendre encore mes convictions, même si

c'est toute seule à la maison, me réconfortait avec moi-même. Ça me fait du bien de ventiler ce que je ressens. [...] Si j'ai encore mal et que je ne l'accepte pas, ça prouve que je suis encore vivante et que je peux encore m'en sortir.

Enfin, trois personnes ont expliqué leur envie fréquente de critiquer les autres par le fait qu'elles jouissaient de beaucoup de temps pour penser.

## 6. Affects négatifs envers soi

### 6.1 Perception globale de soi

Nonobstant la situation difficile dans laquelle se trouvent les répondants, ils conservent une image d'eux-mêmes étonnamment positive. C'est ainsi que l'inventaire de dépression de Beck nous a permis de trouver de très forts pourcentages de répondants se situant aux deux niveaux les moins élevés (absence totale de symptômes ou faible présence) de morbidité relativement aux facteurs propres aux affects négatifs envers soi. Plus spécifiquement, ces pourcentages sont les suivants: plus de 75 % pour les sentiments d'échec et de culpabilité; plus de 95 % pour l'antipathie de soi; plus de 85 % pour l'accusation de soi et les idées suicidaires et plus de 70 % pour l'image corporelle.

L'analyse des réponses à la question «Que pensez-vous de vous?» permet d'affirmer que 20 répondants (76,92 %) nourrissent une image positive de soi alors que les six autres (23,08 %) affichent la tendance inverse.

Essentiellement, les personnes possédant une image positive d'elles affirment tout simplement «ne pas être pire que quiconque». Leur estime de soi semble provenir de trois sources distinctes: (1) la confirmation antérieure de leur propre valeur, (2) leur réponse au défi que représente le chômage et (3) le renforcement positif de leurs proches.

Seize répondants ont mentionné qu'ils n'avaient pas besoin du monde du travail pour savoir au juste ce qu'ils valaient. En fait, ces personnes tiraient leur estime de soi d'expériences passées. Leur succès à l'école ainsi qu'à certaines compétitions sportives confirmaient, selon elles, leur véritable valeur. Écoutons à ce sujet les propos de Patrick, diplômé en éducation physique, âgé de 26 ans et à la recherche d'emploi depuis 21 mois.

Patrick: [...] Ecoute bien! Ce n'est pas parce que je suis sans emploi que je suis de la merde. Moi, je connais ma valeur. Avec une moyenne générale à l'université de 85 % et une cinquième place au championnat pro-

vincial de natation en 1992, je n'ai pas besoin d'un petit «boss» à lunettes, en complet de «fortrel» gris pour me dire que je suis bon! De toute façon le monde du travail est rempli de «têteux» et moi, je n'ai pas le goût de sucer!

Pour leur part, onze répondants ont mentionné avoir découvert leur propre valeur à la suite de leur pénible expérience du chômage prolongé. Essentiellement, les répondants se disaient carrément étonnés de découvrir leur grande capacité de résistance et d'adaptation à une telle situation anxiogène. Emmanuelle, ingénieure âgée de 26 ans et en chômage depuis 19 mois, s'exprime en ces termes:

Emmanuelle: [...] Il faut avoir confiance en soi pour expédier chaque semaine plus de 30 c.v.. Il faut avoir beaucoup d'estime de soi pour solliciter par téléphone, à chaque jour, des entrevues. Il faut beaucoup de «guts» pour aller frapper à des portes et demander qu'on nous reçoive. [...] Honnêtement, je ne pensais pas que j'avais autant de «chien». Je suis surprise de voir à quel point je suis en mesure de faire face à la musique. [...] C'est tout un «challenge» de vendre ses compétences pour se trouver un emploi. [...] Je suis fière du combat que je livre actuellement.

Le renforcement positif obtenu des proches fut mentionné par 6 répondants comme facteur participant grandement au maintien d'une image positive d'eux-mêmes. Les propos de Véronique, bachelière en anthropologie, âgée de 27 ans et à la recherche d'emploi depuis 18 mois, nous éclairent grandement à ce sujet.

Véronique: [...] Heureusement que j'ai mon ami et ma famille. Ils ne m'ont jamais jugé. Au contraire, ils m'ont témoigné énormément de confiance et d'amour. Grâce à eux, je sais que j'ai du potentiel et que je vais réussir. [...] C'est très important de se sentir appuyé. Moi, j'ai toujours pu compter sur Claude, mon ami. [...] C'est lui qui me donne mon énergie pour recommencer à chaque semaine ma recherche d'emploi.

Quant aux six répondants nourrissant envers eux une image négative, leur discours nous indique qu'ils perçoivent leur actuel désœuvrement comme un signe manifeste de leur médiocrité. En fait, le bilan de leurs expériences passées nous révèle que leur vie fut pour eux une sommation d'échecs. En plus de l'impression d'avoir échoué dans la vie et du fort sentiment de culpabilité accompagnant leurs piètres réalisations passées, ces individus se perçoivent laids ou, du moins, fort peu attrayants. Tous habitent seuls. Quatre ont avoué n'avoir jamais pu compter sur le support de leur famille. D'ailleurs, ces quatre répondants estiment que leur vie aurait été fort probablement différente si leurs parents leur avaient témoigné davantage de compréhension et de soutien moral.

Parmi les six répondants, quatre ont mentionné recourir, sur une base hebdomadaire, aux services d'un thérapeute. Qui plus est, ces quatre personnes précisent prendre des antidépresseurs prescrits sous ordonnance médicale.

## 6.2 Pensées suicidaires

Encore que peu présentes chez notre population à l'étude (près de 70 % des répondants ayant déclaré ne penser nullement au suicide), les idées suicidaires, de par leur nature extrêmement pernicieuse, tant pour l'individu que pour la société, méritent d'être examinées.

Les cinq personnes, ayant répondu songer parfois au suicide sans toutefois avoir l'intention de passer aux actes (énoncé n° 9 du questionnaire de dépression de Beck), ont précisé que ce qui était à la base de ces pensées suicidaires n'était rien d'autre qu'une rêverie diurne parmi tant d'autres. Le suicide était pour elles un scénario hypothétique, une fiction de l'esprit. Pour aucune de ces personnes, le suicide n'est une idée fixe.

Par ailleurs, trois répondants, suivis de près par des thérapeutes, ont nettement indiqué qu'ils songeaient sérieusement à se suicider. Quoique le chômage participait grandement à exacerber leur détresse psychologique, d'autres facteurs, tels des problèmes familiaux (divorce des parents, violence familiale et alcoolisme de certains membres de la famille) et de santé (une des personnes est séropositive), faisaient également partie de l'étiologie de leur état grandement dépressif. Pour toutes ces personnes, la mort est envisagée comme un moyen d'alléger leurs souffrances morales. Une de ces personnes considère même que le suicide constitue pour elle une seconde chance de recommencer sa vie.

## Discussion

L'examen des résultats des deux questionnaires et de l'entrevue semi-dirigée permet de synthétiser, chez plus de 75 % des personnes interrogées (20 des 26 répondants), un syndrome dépressif fort singulier: une sévère dépression caractérisée par des troubles d'humeur (tristesse, pessimisme et irritabilité), des difficultés physiologiques, une forte anxiété, des troubles cognitifs, des contacts sociaux atrophiés, une très vive agressivité et le maintien d'une image de soi étonnamment positive eu égard aux composantes symptomatiques précédentes. De plus, la teneur de ces composantes s'avère substantiellement projective, c'est-à-dire que leurs origines sont jugées, par les répondants, externes à eux. C'est ainsi que les répondants identifient le marasme économique, l'incurie de l'appareil gouvernemental, l'égoïsme des générations

précédentes, la faible conscientisation de la population et l'attitude purement mercantile des entreprises comme principales sources de leurs tristesse, pessimisme, irritabilité, retrait social et agressivité.

Comment expliquer la présence chez ces personnes d'une localisation externe des principales causes de leur détresse parallèlement au maintien d'une image de soi positive? Tout d'abord, il sied de mentionner qu'aucun des répondants ne possède une expérience de travail véritablement significative. Effectivement, de par leur âge (âge moyen de 26,15 ans), leur formation (baccalauréat universitaire d'au moins trois ans) et la durée de leur période de chômage prolongé après leurs études universitaires (durée moyenne de 19,92 mois), les répondants n'ont guère été en mesure de faire leurs armes sur le marché du travail. Pareille absence d'expérience de travail significative – ou du moins sa ténuité – pourrait expliquer pourquoi, en dépit de leur chômage prolongé, les répondants conservent d'eux une image positive. Effectivement, ces individus ne peuvent tirer de l'estime de soi d'une expérience, en l'occurrence le travail, qui leur est pratiquement étrangère. En fait, la connaissance qu'ils ont du travail s'avère essentiellement idéelle. Quoique désirant la représentation qu'ils se font du travail, les répondants, suffisamment isolés jusqu'à présent des facteurs afférents au monde du travail et concourant au développement de l'estime de soi – tels les relations interpersonnelles dans le groupe de travail, la supervision et la qualité de l'encadrement technique, les politiques générales de l'entreprise, les chances de promotion, le cheminement de carrière, l'accroissement des responsabilités, l'accomplissement du travail en tant que tel et la présence de défis – voient leur image de soi fort peu affectée par l'absence de travail. Les gens peuvent difficilement souffrir de ce qu'ils ne connaissent pas.

Il apparaît dès lors manifeste que plusieurs foyers sociétaux d'activités autres que le travail participent grandement à alimenter les répondants en estime de soi. Aussi la famille, l'école, les amis, les loisirs et la pratique des sports s'avèrent, par exemple, des créneaux fort propices à l'obtention de gratifications personnelles; élément fondamental à la construction de l'estime de soi. Ceci est d'autant plus vrai que les répondants évoluent dans une société postmoderne, principalement caractérisée par une recherche exacerbée du dépassement de soi. La quête de l'excellence, peu importe les domaines et le type d'activités, se révèle un principe cardinal d'action, une valeur première véhiculée tant à la maison qu'à l'école ou dans la rue. C'est devenu aujourd'hui pour quiconque un *must* d'exceller, pour soi et par soi, dans

un secteur quelconque d'activités (Ouimet, 1994b). Que ce soit, par exemple, au moyen d'exploits sportifs, de concours de dictées, d'excellence scolaire ou de courses autour du monde, les jeunes sont fortement incités à se singulariser des autres essentiellement par la pratique de l'excès. Aussi s'avère-t-il justifié de parler de société cathartique égocentrique: chacun s'éclatant à sa façon, chacun devenant son propre modèle de réussite (Ouimet, 1993a).

Il n'est donc pas surprenant qu'une telle société, promouvant assidûment la compétitivité interindividuelle, constitue un milieu idéal à l'émergence de personnalités narcissiques. Devenir un gagnant, un battant, un fonceur nécessite préalablement la présence d'un appréciable niveau d'estime de soi. Être régulièrement invité à faire sa place, à exploiter tout son potentiel créateur, à innover, à imprégner le monde de son unicité stimule considérablement le moi de tout individu. L'Occident – et en l'occurrence le Québec – fut le théâtre au cours des trente dernières années du passage du «communautarisme» à l'individualisme. D'une société centripète rassemblant les individus autour de points de convergence passablement stables, tels la famille traditionnelle, l'Église, les mouvements communautaires et les institutions politiques, nous sommes passés à une société centrifuge, isolant les individus et les confrontant à eux-mêmes suite à l'éclatement de ces points de convergence sociale. D'une société de mobilisation collective dont le fonctionnement relève, pour l'essentiel, de la promulgation d'interdits, nous nous retrouvons dans une société de distanciation individuelle foncièrement arc-boutée sur l'incitation à agir. L'étiollement des forces répressives surmoïques contribue assurément à l'hypertrophie du moi des individus. Laissés à eux-mêmes, de par la fluidité et la permissivité de nos principales composantes sociétales (la famille et l'école), les jeunes ne peuvent plus gagner l'approbation et l'amour d'autrui par le respect des normes mais par leur dépassement. Il ne s'agit plus d'obéir mais bien de séduire pour s'approprier l'estime de son entourage. Et c'est en cela que notre actuelle société postmoderne s'inscrit dans un registre typiquement narcissique (Ouimet, 1993b).

Les individus participant à notre étude sont en quelque sorte des créatures postmodernes. Conditionnés tôt à s'affirmer dans un monde incertain, régi par une logique nintendo départageant à coup sûr les gagnants des perdants, ces individus sont appelés à l'introversiion. Aussi, n'est-il pas logique qu'en dépit de leur grande détresse psychologique, ces personnes conservent d'elles une image franchement positive.

De même, la présence chez les répondants d'un important repli sur soi ainsi que d'une forte agressivité de nature projective concourt bien à la défense d'une image de soi toute-puissante, soumise aux frustrations de l'échec. Préserver leur singularité identitaire par le retrait social tout en condamnant énergiquement ce qui se dresse – notamment la société en général, les générations précédentes, l'État et les entreprises – entre eux et les différentes gratifications matérielles et symboliques inhérentes au travail apparaît nettement être la stratégie d'adaptation qu'ils utilisent afin de répondre adéquatement à leur situation anxiogène et, partant, préserver leur équilibre psychologique précaire. Parce que dotés d'une image de soi positive, fruit de leur socialisation passée et de leurs diverses expériences du succès, les répondants ne peuvent qu'être fortement incités à entreprendre une action qui, eu égard à leur âge et à leur formation, leur permettra de préserver, voire consolider leur estime de soi. Et cette action n'est nulle autre que le travail. C'est par le travail que ces individus pourront obtenir les gratifications personnelles (titre professionnel, avancement, reconnaissance organisationnelle, expertise, rémunération et statut social), si essentielles à la vitalité de leur estime de soi. Il est donc normal que les répondants, habités par l'obligation expresse de défendre leur image de soi positive, attaquent tout obstacle les privant de ces sources de gratification.

## **Conclusion**

Bien que la présente étude soit exploratoire et que les résultats ainsi obtenus ne puissent être généralisables à l'ensemble de la population québécoise, d'importantes réflexions et pistes de recherche peuvent néanmoins en émaner.

Tout d'abord, nos répondants, présentant entre eux une indéniable homogénéité en termes d'âge, de formation et de période de recherche d'emploi, affichent des réactions psychologiques et comportementales qui ne s'inscrivent complètement ni dans la thèse du niveau de préparation (incidence négative moindre du chômage sur la santé mentale des gens instruits), ni dans celle de la déception des attentes (incidence négative accrue du chômage sur la santé des gens instruits). Effectivement, comparativement aux données, recueillies auprès de populations de chômeurs de longue durée et moins instruits, concernant les indices moyens de dépression (questionnaire de Beck) et de désordres psychologiques (index de symptômes psychiatriques de Tousignant et Kovess), celles de nos répondants apparaissent à cet égard nettement plus dramatiques (confirmation de la thèse de la déception des attentes).



Par contre, parallèlement à ce constat négatif, cohabitent des résultats étonnamment positifs, traduisant la présence chez nos répondants d'une forte estime de soi, ressource de toute première importance pour relever avec brio des défis (confirmation de la thèse du niveau de préparation). Il semble donc que des études complémentaires longitudinales s'imposent ici afin d'observer l'évolution temporelle du niveau d'estime de soi de ces chômeurs. De plus, il serait intéressant d'examiner l'incidence d'une fluctuation ascendante ou descendante de l'estime de soi sur les autres dimensions composant l'ensemble du tableau clinique.

Puis, il serait grandement intéressant d'observer l'évolution de l'agressivité projective des individus. Comment ces individus, possédant une image positive d'eux-mêmes et frustrés de leurs sources de gratifications personnelles par ceux qu'ils tiennent responsables de leur état de chômeurs, réagiront-ils, une fois qu'ils auront intégré le marché du travail, aux exigences de leur employeur qui, hier encore, leur interdisait l'accès à de telles sources? Serait-il possible que le conditionnement sociétal – via les processus de socialisation – d'individus au culte du dépassement de soi, impliquant de leur part la construction d'un moi hypertrophié, essentiellement introverti et narcissique, puisse en définitive nuire aux entreprises dont le bon fonctionnement nécessite la participation d'employés affichant un fort engagement organisationnel, une loyauté indéfectible et une propension au travail d'équipe? Se pourrait-il que ce surdéveloppement du moi des individus se traduise, sur la scène du monde du travail ou de l'action sociale, en hypertélie collective: les excroissances narcissiques de chacun s'enchevêtrant à un point tel que la mise en commun de leur potentiel respectif devient dès lors impossible? N'étant foncièrement que le produit de l'action collective de leurs membres, les entreprises, de par leur rhétorique faisant le panégyrique de l'absoluité de la performance de chacun (qu'il suffise à cet égard de penser aux leitmotive de qualité totale et de modelage de l'excellence), s'engouffreraient-elles, à leur insu, dans une situation paradoxale: la puissance qu'elles contribueraient à engendrer chez leurs employés étant finalement récupérée par ceux-ci à des fins strictement personnelles? Les entreprises pourraient-elles sécréter leurs propres agents d'autodestruction? La recherche exacerbée de la productivité pourrait-elle contenir les germes d'une organogénèse organisationnelle thanatologique? La réponse à tous ces questionnements nécessite entre autres des réflexions additionnelles sur la nature et l'intensité du cynisme (expression d'une agressivité projective) d'individus possédant un moi narcissique longuement privé de sources de gratifications personnelles (chômage prolongé).

## Notes

1. Il s'agit de diplômés d'écoles techniques post-secondaires ou d'universités.
2. Les échelles ordinales de calibration du sentiment dépressif subjectivement ressenti sont les suivantes: 0-9: absence de dépression; 10-15: dépression légère; 16-23: dépression moyenne; 24 et plus: dépression sévère.
3. Le calcul du degré de gravité s'effectue en attribuant à chacune des fréquences d'apparition une valeur numérique respective de 0 (jamais), 1 (de temps en temps), 2 (assez souvent) et 3 (très souvent). Le score total s'inscrit donc dans un registre s'échelonnant de 0 à 87. Les échelles ordinales de calibration du score total de symptomatologie de la maladie mentale sont les suivantes: 0-4: symptomatologie faible; 5-19: symptomatologie moyennement faible; 20-35: symptomatologie moyennement élevée; 36 et plus: symptomatologie élevée.
4. L'importance des éléments constituant l'état dépressif est ici établie en fonction de leur fréquence d'évocation par les répondants.

## RÉFÉRENCES

- BANKS, M.H., CLEGG, C.W., JACKSON, P.R., KEMP, N.J., STAFFORD, E.M., WALL, T.D., 1980, The use of the General Health Questionnaire as an indicator of mental health in occupational studies, *Journal of Occupational Psychology*, 53, 187-194.
- BANKS, M.H., JACKSON, P.R., 1982, Unemployment and risk of minor psychiatric disorder in young people: Cross-sectional and longitudinal evidence, *Psychological Medicine*, 12, 1982, p.789-798.
- BECK, A.T., 1967, *Depression: Clinical, Experimental and Theoretical Aspects*, Harper, New York.
- BERGERET, J., 1985, *La personnalité normale et pathologique*, Dunod, Paris.
- BOLTON, W., OATLEY, K., 1987, A longitudinal study of social support and depression in unemployed men, *Psychological Medicine*, 17, 453-460.
- BORG, W.R., GALL, M.D., 1989, *Educational Research: An Introduction*, Longman, New York.
- BOURQUE, P., BEAUDETTE, D., 1982, Etude psychométrique du questionnaire de dépression de Beck auprès d'un échantillon d'étudiants universitaires francophones, *Revue canadienne des sciences comportementales*, 14, 3, 211-218.
- BRIAR, K.H., 1977, The effect of long term unemployment on workers and their families, *Dissertation Abstracts International*, 37, 6062.

- BURMAN, P., RINEHART, J., 1988, *Killing Time, Losing Ground: Experiences of Unemployment*, Thompson Educational Publishing, Toronto.
- DE BRUYNE, P., HERMAN, J., DE SCHOUTHEETE, M., 1974, *Dynamique de la recherche en sciences sociales*, Presses Universitaires de France, Paris.
- DE GRACE, G.R., JOSHI, P., 1986, Estime de soi, solitude et dépression chez les chômeurs diplômés d'université selon la durée du chômage: une comparaison avec les non diplômés, *Revue Canadienne de Santé Mentale Communautaire*, 5, 1-11.
- DE KETELE, J-M., ROEGIERS, X., 1991, *Méthodologie du recueil d'informations*, De Boeck-Wesmael, Bruxelles.
- EISENBERG, P., LAZERSFELD, P.F., 1938, The psychological effects of unemployment, *Psychological Bulletin*, 45, 358-390.
- ESTES, R.J., WILENSKY, H.L., 1978, Life Cycle Squeeze and the Moral Curve, *Social Problems*, 25, 277-292.
- FEATHER, N.T., 1990, *The Psychological Impact of Unemployment*, Springer-Verlag, New York.
- FEATHER, N.T., BOND, M.J., 1983, Time structure and purposeful activity among employed and unemployed university graduates, *Journal of Occupational Psychology*, 56, 241-254.
- FINEMAN, S., 1979, A psychological model of stress and its application to managerial unemployment, *Human Relations*, 32, 323-345.
- FINEMAN, S., 1983, *White Collar Unemployment: Impact and Stress*, Wiley, New York.
- FRÖHLICH, D., 1983, Economic Deprivation, Work Orientation and Health: Conceptual Ideas and Some Empirical Findings, in John, J., Schwefel, D., Zöllner, H., eds, *Influence of Economic Instability on Health*, Springer-Verlag, Berlin, 293-320.
- FRYER, D., 1985, Stages in the psychological responses to unemployment: A (dis) integrative review article, *Current Psychological Research and Reviews*, 4, 257-273.
- FRYER, D., PAYNE, R.L., 1984, Proactivity in unemployment: findings and implications, *Leisure Studies*, 3, 273-295.
- FRYER, D., PAYNE, R.L., 1986, Being Unemployed: A Review of the Literature on the Psychological Experience of Unemployment», in Cooper, C.L., Robertson, I., eds, *International Review of Industrial and Organizational Psychology*, Wiley, New York, 235-277.
- GAUTHIER, B., 1993, *Recherche sociale. De la problématique à la collecte des données*, Presses de l'Université du Québec, Sainte-Foy.

- GAUTHIER, J., THÉRIAULT, F., MORIN, C., LAWSON, J.S., 1982, Adaptation française d'une mesure d'auto-évaluation de l'intensité de la dépression, *Revue québécoise de psychologie*, 3, 2, 13-26.
- GOLDBERG, D.P., 1972, *The Detection of Psychiatric Illness by Questionnaire*, Oxford University Press, London.
- GOLDBERG, D.P., 1978, *Manual for the General Health Questionnaire*, National Foundation for educational Research, Windsor.
- GOODCHILDS, J.D., SMITH, E.E., 1963, The effects of unemployment as mediated by social status, *Sociometry*, 26, 287-293.
- GRAWITZ, M., 1990, *Méthodes des sciences sociales*, Dalloz, Paris.
- HARRISON, R., 1976, The demoralising experience of prolonged unemployment, *Department of Employment Gazette*, 339-348.
- HARTLEY, J.F., 1980, The impact of unemployment upon the self-esteem of managers, *Journal of Occupational Psychology*, 53, 147-155.
- HAYES, J., NUTMAN, P., 1981, *Understanding the Unemployed: The Psychological Effects of Unemployment*, Tavistock, Londres.
- HEPWORTH, S.J., 1980, Moderating factors of the psychological impact of unemployment, *Journal of Occupational Psychology*, 53, 139-146.
- HILL, J.M., HARRISON, R.M., SARGEANT, A.V., TALBOT, V., 1973, *Men Out of Work: A Study of Unemployment in Three English Towns*, Cambridge University Press, Cambridge.
- HOPSON, B., ADAMS, J., 1976, Towards an Understanding of Transition: Defining some Boundaries of Transition Dynamics, in Adams, J., Hayes, J., Hopson, B., eds, *Transition*, Martin Robertson, Londres.
- ILFELD, F.W., 1978, Psychological status of community residents along major demographic dimensions, *Archives of General Psychiatry*, 35, 716-724.
- IVERSEN, L., SABROE, S., 1988, Psychological well-being among unemployed and employed people after a company closedown: A longitudinal study, *Journal of Social Issues*, 44, 141-152.
- JACKSON, P.R., STAFFORD, E.M., BANKS, M.H., WARR, P.B., 1983, Unemployment and psychological distress in young people: The moderating role of employment commitment, *Journal of Applied Psychology*, 68, 525-535.
- JAHODA, M., 1979, The impact of unemployment in the 1930s and 1970s, *Bulletin of the British Psychological Society*, 32, 309-314.
- JAHODA, M., 1981, Work, employment, and unemployment: Values, theories, and approaches in social research, *American Psychologist*, 36, 184-191.

- JAHODA, M., 1982, *Employment and Unemployment: A Social-psychological Analysis*, Cambridge University Press, Cambridge.
- JAHODA, M., 1988, Economic recession and mental health: Some conceptual issues, *Journal of Social Issues*, 44, 13-23.
- KASL, S.V., GORE, S., COBB, S., 1975, The experience of losing a job: Reported changes in health, symptoms, and illness behavior, *Psychosomatic Medicine*, 37, 106-122.
- KAUFMAN, H.G., 1982, *Professionals in Search of Work: Coping with the Stress of Job Loss and Underemployment*, Wiley, New York.
- KESSLER, R.C., HOUSE, J.S., TURNER, J.B., 1987, Unemployment and health in a community sample, *Journal of Health and Social Behavior*, 28, 51-59.
- KIRCHLER, E., 1985, Job loss and mood, *Journal of Economic Psychology*, 6, 9-25.
- KJOS, D.L., 1988, Job search activity patterns of successful and non-successful job seekers, *Journal of Employment Counseling*, 25, 4-6.
- LACASSE, J., 1991, *Introduction à la méthodologie utilisée en sciences humaines*, Éditions Études Vivantes, Montréal.
- LAHELMA, E., 1989, Unemployment, re-employment and mental well-being: A panel study of industrial job-seekers in Finland, *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 43.
- LAMOUREUX, A., 1992, *Une démarche scientifique en sciences humaines – Méthodologie*, Éditions Études Vivantes, Montréal.
- LEANA, C.R., FELDMAN, D.C., 1992, *Coping with Job Loss: How Individuals, Organizations, and Communities Respond to Layoffs*, Maxwell Macmillan, Toronto.
- LETHINEN, V., 1984, Unemployment and mental disturbance, *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 10, 505-509.
- LINCOLN, Y.S., GUBA, E.G., 1985, *Naturalistic Inquiry*, Sage, Beverly Hill.
- LOOMBA, R.P., 1987, *A Study of the Reemployment and Unemployment Experience of Scientists and Engineers Laid Off from 62 Aerospace and Electronic Firms in the San Francisco Bay Area during 1963-1965*, San Jose, California, Manpower Research Group Technical Report, San Jose State College.
- MELVILLE, D.I., HOPE, D., BENNISON, D., BARRACLOUGH, B., 1985, Depression among men made involuntarily redundant, *Psychological Medicine*, 15, 789-793.
- MURPHY, H.B.M., NEGRETE, J.C., TOUSIGNANT, M., 1979, Exploring a new type of alcoholism survey, *International Journal of Epidemiology*, 8, 119-125.

- OSTELL, A., DIVERS, P., 1987, Attributional style, unemployment and mental health, *Journal of Occupational Psychology*, 60, 333-337.
- OUIMET, G., 1992, *The Impact of Organizational Hypermodernity on Managers' Psychic Equilibrium*, Ecole des Hautes Etudes Commerciales, Montréal, cahier de recherche n° 92-06, 13 p.
- OUIMET, G., 1993a, *Erich Fromm ou la recherche existentielle de l'identité dans un cadre organisationnel postmoderne*, École des Hautes Études Commerciales, Montréal, cahier de recherche n° 93-25, 24 p.
- OUIMET, G., 1993b, L'entreprise post-moderne: théâtre d'une mythologie narcissique de la performance, in Goguelin, P., Moulin, M., eds, *La psychologie du travail à l'aube du XXI<sup>ème</sup> siècle*, APTLF, Strasbourg, 821-827.
- OUIMET, G., 1994a, *Cogitations métaphysiques sur le travail*, École des Hautes Études Commerciales, Montréal, cahier de recherche n° 94-16, 9 p.
- OUIMET, G., 1994b, En matière de performance au travail, évitez les excès!, *Gestion*, 19, 3, 99-108.
- PAYNE, R.L., 1987, A Longitudinal Study of the Psychological Well-being of Unemployed Men and the Meditating Effect of Neuroticism, Research Paper, University of Sheffield, Department of Psychology.
- PAYNE, R.L., JONES, J.G., 1987, Social class and reemployment: Changes in health and perceived financial circumstances, *Journal of Occupational Behaviour*, 8, 175-184.
- PERRON, J., LECOMTE, C., 1992, *Variables objectives, modératrices et de processus associées aux effets psychologiques du chômage*, Rapport de recherche, Département de psychologie, Université de Montréal.
- PLUTCHIK, R., 1974, *Foundations of Experimental Research*, Harper and Row, New York.
- PUKEY, W.W., 1970, *Self-Concept and School Achievement*, Prentice-Hall, New Jersey.
- ROWLEY, K.M., FEATHER, N.T., 1987, The impact of unemployment in relation to age and length of unemployment, *Journal of Occupational Psychology*, 60, 323-332.
- SAYER, A., 1984, *Method in Social Science: A Realist Approach*, Hutchinson, Londres.
- SCHAUFELI, W.B., VAN YPEREN, N.W., 1992, Unemployment and psychological distress among graduates: A longitudinal study, *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 65, 291-305.
- SCHWEFEL, D., 1986, Unemployment, health and health services in German-speaking countries, *Social Science and Medicine*, 22, 409-430.

- SIEGEL, S., 1956, *Nonparametric Statistics for the Behavioral Sciences*, McGraw-Hill, New York.
- SHAMIR, B., 1986, Self-esteem and the psychological impact of unemployment, *Social Psychology Quarterly*, 49, 61-72.
- STANLEY, J.C., HOPKINS, K.D., 1972, *Educational and Psychological Measurement and Evaluation*, Prentice Hall, New Jersey.
- STOKES, G., COCHRANE, R., 1984, A study of the psychological effects of redundancy and unemployment, *Journal of Occupational Psychology*, 57, 309-322.
- TOUSIGNANT, M., KOVESS, V., 1985, L'épidémiologie en santé mentale: le cadre conceptuel de l'enquête Santé-Québec, *Sociologie et Sociétés*, 15-26.
- WARR, P.B., 1984, Job Loss, Unemployment and Psychological Well-being, in Allen, L.V., Van de Vliert, E., eds, *Role Transitions: Explorations and Explanations*, Plenum Press, New York, 263-285.
- WARR, P.B., JACKSON, P., 1985, Factors influencing the psychological impact of prolonged unemployed and of re-employment, *Psychological Medicine*, 15, 795-807.
- WARR, P.B., JACKSON, P., BANKS, M., 1988, Unemployment and mental health: Some British studies, *Journal of Social Issues*, 44, 47-68.

## ABSTRACT

### **Study of the psychological distress experienced by recent university graduates who are victims of long-term unemployment**

The present exploratory study conducted on recent university graduates experiencing long-term unemployment has shown that these subjects undergo severe depression characterized by mood swings (sadness, pessimism and irritability), physiological problems, high anxiety, cognitive problems, a shrinking social network, very high aggression, as well as a lasting and surprisingly positive self-image given the preceding symptomatic components. In addition, these components are of a substantially projective nature, that is to say whose origins are judged by the subjects to be external. As a result, the world's economic problems, the government's negligence, the egotistic nature of previous generations, the public's low awareness levels and the purely commercial interests of business become the main sources of their sadness, their pessimism, their irritability, their withdrawal from society and their aggression.